

  
3 décembre

« L'imposture du "tout va mal" a pour réponse "personne ne peut y remédier", "que puis-je faire ?". On alimente ainsi la désillusion et le désespoir, ce qui n'encourage pas un esprit de solidarité et de générosité. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §75.

  
4 décembre

« Dans certains pays d'arrivée, les phénomènes migratoires suscitent des alarmes et des peurs, souvent fomentées et exploitées à des fins politiques. Une mentalité xénophobe de fermeture et de repli sur soi se diffuse alors. (...) Il est inacceptable que les chrétiens partagent cette mentalité et ces attitudes (...) sur les convictions profondes de leur foi : la dignité inaliénable de chaque personne humaine indépendamment de son origine, de sa couleur ou de sa religion, et la loi suprême de l'amour fraternel. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §39.

  
5 décembre

« Il est nécessaire de s'engager à établir dans nos sociétés le concept de la pleine citoyenneté et à renoncer à l'usage discriminatoire du terme minorités, qui porte avec lui les germes du sentiment d'isolement et de l'infériorité ; il prépare le terrain aux hostilités et à la discorde et prive certains citoyens des conquêtes et des droits religieux et civils, en les discriminant. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §131.

  
6 décembre

« On oublie qu'il n'y a pas pire aliénation que de faire l'expérience de ne pas avoir de racines, de n'appartenir à personne. Une terre sera féconde, un peuple portera des fruits et sera en mesure de générer l'avenir uniquement dans la mesure où il donne vie à des relations d'appartenance entre ses membres, dans la mesure où il crée des liens d'intégration entre les générations et les diverses communautés qui le composent. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §53.

  
7 décembre

« De nouvelles barrières sont créées pour l'auto-préservation, de sorte que le monde cesse d'exister et que seul existe "mon" monde. (...) Quiconque élève un mur, quiconque construit un mur, finira par être un esclave dans les murs qu'il a construits, privé d'horizons. Il lui manque, en effet, l'altérité. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §27.



J'identifie un stéréotype négatif que je porte sur un groupe de personnes en raison de leur âge, sexe, origine ethnique, appartenance sociale ou...



J'identifie un point positif que ces personnes apportent à la vie en société.



Je cherche dans ma mémoire un souvenir d'une bonne expérience vécue avec une personne sur qui je peux avoir un stéréotype négatif.



Dans quel sens la désillusion et le désespoir empêchent la solidarité et la générosité ?



Y a-t-il dans ma vie un domaine où je suis désespéré ?



À partir d'aujourd'hui, je me refuse d'entretenir les pensées du désespoir. Je demande à Jésus de guérir mon regard sur ce domaine de ma vie.



Je peux penser à une personne que je connais qui est venue en Belgique d'un autre pays et qui se retrouve à vivre le temps de l'Avent loin des siens.



De quelle manière puis-je lui témoigner qu'elle est aussi chez elle ici en Belgique ?



Je passe à l'acte !



Quel est le groupe social qu'on appelle couramment « minorité » qui, selon moi, souffre le plus de discrimination ?



Ai-je été témoin d'une situation où on discriminait quelqu'un ? Qu'ai-je fait ?



Je vais confier aujourd'hui ce groupe et cette personne à la bonté de Dieu.



Je peux identifier un mur que j'ai créé dans un domaine de ma vie ou dans une relation proche.



De quelle manière est-ce que je peux m'ouvrir dans cette situation ?



J'accomplis une action concrète pour manifester ce désir d'ouverture à l'autre.



« Pour de nombreux chrétiens, le chemin de fraternité a aussi une Mère, appelée Marie. Elle a reçu au pied de la Croix cette maternité universelle (cf. Jn 19, 26) et elle est pleine de sollicitude, non seulement pour Jésus, mais aussi pour le "reste de ses enfants" (Ap 12, 17). Forte du pouvoir du Ressuscité, elle veut enfantier un monde nouveau où nous serons tous frères, où il y aura de la place pour chacun des exclus de nos sociétés, où resplendiront la justice et la paix. »  
Pape François, *Fratelli tutti*, §278.



« L'isolement et le repli sur soi ou sur ses propres intérêts ne sont jamais la voie à suivre pour redonner l'espérance et opérer un renouvellement, mais c'est la proximité, c'est la culture de la rencontre. Isolement non, proximité oui. Culture de l'affrontement non, culture de la rencontre, oui. »  
Pape François, *Fratelli tutti*, §30.



« Chaque jour, nous sommes confrontés au choix d'être de bons samaritains ou des voyageurs indifférents qui passent outre. Et si nous étendons notre regard à l'ensemble de notre histoire et au monde de long en large, tous nous sommes ou avons été comme ces personnages : nous avons tous quelque chose d'un homme blessé, quelque chose d'un brigand, quelque chose de ceux qui passent outre et quelque chose du bon Samaritain. »  
Pape François, *Fratelli tutti*, §69.



« Des gestes physiques, des expressions du visage, des silences, le langage corporel, voire du parfum, le tremblement des mains, le rougissement, la transpiration sont nécessaires, car tout cela parle et fait partie de la communication humaine. Les relations virtuelles, qui dispensent de l'effort de cultiver une amitié, une réciprocité stable ou même un consensus se renforçant à la faveur du temps, ne sont sociales qu'en apparence. Elles ne construisent pas vraiment un "nous". La connexion numérique ne suffit pas pour construire des ponts, elle ne suffit pas pour unir l'humanité. »  
Pape François, *Fratelli tutti*, §43.



« À celui qui la fait grandir en lui, la bonté donne une conscience tranquille, une joie profonde même au milieu des difficultés et des incompréhensions. Jusque dans les offenses subies, la bonté n'est pas faiblesse, mais vraie force capable de renoncer à la vengeance. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §243.



« Chaque jour, une nouvelle opportunité s'offre à nous, nous entamons une nouvelle étape. Nous ne devons pas tout attendre de nos gouvernants ; ce serait puéril. Nous disposons d'un espace de coresponsabilité pour pouvoir commencer et générer de nouveaux processus et transformations. Cherchons les autres et assumons la réalité qui est la nôtre sans peur ni de la souffrance ni de l'impuissance, car c'est là que se trouve tout le bien que Dieu a semé dans le cœur de l'être humain. Rappelons-nous que "le tout est plus que la partie, et plus aussi que la simple somme de celles-ci". »  
Pape François, *Fratelli tutti*, §77-78.



« Je pense aussi aux "personnes âgées, qui, notamment en raison de leur handicap, sont parfois perçues comme un fardeau". Cependant, chacune d'entre elles peut apporter « une contribution irremplaçable au bien commun à travers son parcours de vie original ». »

Pape François, *Fratelli tutti*, §98.



« S'asseoir pour écouter une autre personne, geste caractéristique d'une rencontre humaine, est un paradigme d'une attitude réceptive de la part de celui qui surmonte le narcissisme et reçoit l'autre, lui accorde de l'attention, l'accueille dans son propre cercle. Mais le monde contemporain est en grande partie sourd. [...] Parfois, la rapidité du monde moderne, la frénésie nous empêchent de bien écouter ce que dit l'autre. Et au beau milieu de son dialogue, nous l'interrompons déjà et nous voulons répondre alors qu'il n'a pas fini de parler. Il ne faut pas perdre la capacité d'écoute ». »  
Pape François, *Fratelli tutti*, §48.



« Peu de temps après la narration de la création, la Bible présente le défi des relations entre nous. Caïn tue son frère Abel, et la question de Dieu résonne : "Où est [Abel], ton frère ?" (Gn 4, 9). La réponse est la même que celle que nous donnons souvent : "Suis-je le gardien de mon frère ?" (ibid.). En posant cette question, Dieu met en cause tous les genres de déterminisme ou de fatalisme qui cherchent à justifier l'indifférence comme la seule réponse possible. Il nous dote, au contraire, de la faculté de créer une culture différente qui nous permet de surmonter les inimitiés et de prendre soin les uns des autres. »  
Pape François, *Fratelli tutti*, §57.



Je peux penser à un membre de ma famille avec qui les relations tournent parfois (ou souvent) en affrontement.



Comment puis-je le rejoindre dans ce qu'il/elle est en soulignant ce qui nous assemble plutôt que ce qui nous divise ?



Jésus nous a confiés chacun à sa mère. Que nous ayons encore notre mère ici-bas ou pas, nous en avons aussi une au ciel.



Qu'est-ce que ça change pour moi de savoir que Marie est aussi ma mère ?



Qu'est-ce que j'ai envie de lui dire aujourd'hui ?



A la prochaine rencontre avec cette personne, je vais m'efforcer à ne pas entrer en affrontement.



Je pense à une personne que je considère comme un ami.



J'identifie une qualité de cette personne que j'apprécie ou bien quelque chose qu'elle a fait et qui m'a touché.



À côté de quelle situation suis-je passé outre dernièrement ?



Qu'est-ce qui devrait changer en moi pour que je ne cède pas à la tentation de passer outre une prochaine fois ?



Aujourd'hui je serai le bon samaritain pour tous ceux avec qui je serai en contact.



Je prends le temps d'appeler cette personne (si possible en mettant une caméra) ou je lui propose d'aller faire une balade pour lui dire ce que j'apprécie chez elle et/ou ce qu'elle a fait qui m'avait touché.



Je pense à quelque chose de bien que j'aimerais faire et que je n'ai peut-être encore jamais fait.



Je trouve une personne avec qui je peux faire cela et le lui propose.



La vengeance est un plat qui se mange froid. L'ai-je déjà expérimenté ?



Est-ce que pour moi aussi la bonté peut ne pas être une faiblesse mais une force de ne pas céder à l'envie de me venger ?



La prochaine fois que j'aurai l'occasion de me venger, je vais y renoncer et observer ce qui se passe dans mon cœur ensuite.



Je me renseigne sur la donnerie ou le système d'échange local là où j'habite. Je trouve chez moi trois objets, en bon état, et les donne.



Est-ce que cela m'arrive de ne pas écouter quelqu'un jusqu'au bout ?



Je pense à une situation où dernièrement je n'ai pas eu la patience de laisser l'autre parler jusqu'au bout et je réfléchis sur les causes de mon impatience.



Je connais sûrement une personne qui vit dans une maison de repos.



Je réfléchis à un cadeau qui pourrait lui faire plaisir.



Je prends les dispositions pour que ce cadeau arrive chez cette personne pour Noël.



Au prochain coup de fil de quelqu'un qui a besoin de parler avec moi, je ferai l'effort de m'asseoir et de ne faire rien d'autre que de l'écouter.



Nous sommes gardiens les uns des autres. Qu'est-ce que cela signifie pour moi ?



De quelle manière puis-je aujourd'hui prendre soin d'une personne à laquelle je n'ai pas pensé ces derniers temps ?



Je fais aujourd'hui un geste envers cette personne qui m'est venue à l'esprit, pour lui manifester que j'ai pensé à elle en ce temps difficile.



« Un être humain est fait de telle façon qu'il ne se réalise, ne se développe ni ne peut atteindre sa plénitude que par le don désintéressé de lui-même. Il ne peut même pas parvenir à reconnaître à fond sa propre vérité si ce n'est dans la rencontre avec les autres : "Je ne communique effectivement avec moi-même que dans la mesure où je communique avec l'autre". Cela explique pourquoi personne ne peut expérimenter ce que vaut la vie sans des visages concrets à aimer. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §87.



« La solidarité est un mot qui ne plait pas toujours ; je dirais que parfois, nous l'avons transformé en un gros mot, on ne peut pas le prononcer ; mais c'est un mot qui exprime beaucoup plus que certains gestes de générosité ponctuels. C'est penser et agir en termes de communauté, de priorité de la vie de tous sur l'appropriation des biens de la part de certains. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §116.



« "Quand nous donnons aux pauvres les choses qui leur sont nécessaires, nous ne leur donnons pas tant ce qui est à nous, que nous leur rendons ce qui est à eux". "Dieu a donné la terre à tout le genre humain pour qu'elle fasse vivre tous ses membres, sans exclure ni privilégier personne". Le droit à la propriété privée ne peut être considéré que comme un droit naturel secondaire et dérivé du principe de la destination universelle des biens créés ; et cela comporte des conséquences très concrètes qui doivent se refléter sur le fonctionnement de la société. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §119-120.



« Une société humaine et fraternelle est capable de veiller de manière efficace et stable à ce que chacun soit accompagné au cours de sa vie, non seulement pour subvenir à ses besoins fondamentaux, mais aussi pour pouvoir donner le meilleur de lui-même, même si son rendement n'est pas le meilleur, même s'il est lent, même si son efficacité n'est pas exceptionnelle. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §110.



« La gratuité existe. C'est la capacité de faire certaines choses uniquement parce qu'elles sont bonnes en elles-mêmes, sans attendre aucun résultat positif, sans attendre immédiatement quelque chose en retour. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §139.



« Certains préfèrent ne pas parler de réconciliation parce qu'ils pensent que le conflit, la violence et les ruptures font partie du fonctionnement normal d'une société. D'autres soutiennent qu'accorder de la place au pardon, c'est renoncer à sa propre place pour laisser d'autres dominer la situation. D'autres croient que la réconciliation est l'affaire des faibles qui ne sont pas capables d'un dialogue de fond et qui choisissent donc de fuir les difficultés en dissimulant les injustices. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §77-78.



« Croire en Dieu et l'adorer ne garantit pas de vivre selon sa volonté. Une personne de foi peut ne pas être fidèle à tout ce que cette foi exige d'elle, et pourtant elle peut se sentir proche de Dieu et penser avoir plus de dignité que les autres. Le paradoxe, c'est que parfois ceux qui affirment ne pas croire peuvent accomplir la volonté de Dieu mieux que les croyants. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §7.



« Il faut également que je reconnaisse à mon niveau que le jugement sévère que je porte dans mon cœur contre mon frère et ma sœur, cette cicatrice jamais refermée, cette offense jamais pardonnée, cette rancœur qui ne peut que me nuire, que tout cela est un nouvel épisode de la guerre en moi, un feu dans mon cœur qu'il faut éteindre avant qu'il ne s'embrase. (...) Lorsqu'il y a quelque chose qui ne doit jamais être toléré, justifié, ou excusé, il est cependant possible de pardonner. On peut pardonner même à quelqu'un qui résiste au repentir et qui est incapable de demander pardon. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §74.



« Se rapprocher, s'exprimer, s'écouter, se regarder, se connaître, essayer de se comprendre, chercher des points de contact, tout cela se résume dans le verbe "dialoguer". Pour nous rencontrer et nous entraider, nous avons besoin de dialoguer. »

Pape François, *Fratelli tutti*, §243.



Je regarde la liste de cadeaux que je veux faire à Noël.



*Est-ce qu'il y a dedans des cadeaux qui pourront renforcer un certain égoïsme ? Je peux alors changer d'idée de cadeau.*



Je pense à une situation où le fait de faire quelque chose pour quelqu'un m'a rempli d'une joie profonde.



*Qu'est-ce que j'ai pu découvrir de moi-même grâce au fait de communiquer avec quelqu'un d'autre ?*



Aujourd'hui, je me montrerai solidaire d'un collègue de travail.

Aujourd'hui je vais faire pour quelqu'un quelque chose de désintéressé.



Nous avons chacun des capacités et des talents différents. Quel est mon talent particulier ?



*Je pense à une personne de mon entourage dont j'apprécie un talent particulier.*



Ce que nous possédons, nous en sommes intendants pour le bien commun.



*J'identifie une chose qui m'appartient qu'il me serait difficile de partager. Pourquoi cela ?*



Dans les prochains jours, je vais veiller à ce que cette personne puisse déployer son talent et en faire profiter d'autres.

Aujourd'hui je vais mettre au profit d'autres personnes un bien qui m'appartient.



Quelle place est-ce que j'accorde au pardon dans ma vie ?



*Est-ce que je me laisse influencer par l'une ou l'autre des fausses idées sur le pardon dont parle le Pape ?*



Suis-je capable de faire une bonne action peu importe les réactions qu'elle suscitera ?



*Je cherche dans ma mémoire une situation où quelqu'un avait agi par pure gratuité envers moi.*



J'identifie une personne à qui je sens que je devrais demander pardon. Et je le fais aujourd'hui ! C'est une manière de me préparer à Noël.

Aujourd'hui je vais faire quelque chose de bon discrètement et je ne vais pas m'en vanter.



Quelle est cette cicatrice jamais refermée en moi ?



*Est-ce que je suis d'accord de demander à Dieu de m'aider à pardonner cette offense, même si on ne m'a pas demandé pardon pour cela ?*



Je me souviens d'une situation où quelqu'un qui n'est pas croyant m'a stupéfait par ce qu'il a fait et/ou dit, tellement c'était bon, profond...



*Qu'est-ce qui m'a touché dans cette situation chez cette personne ?*



Je prends un moment de silence et me mets en présence de Jésus. Je lui confie cette offense et ma difficulté à pardonner et lui demande de me donner sa paix.

Aujourd'hui je fais l'effort pour que ce que je dis soit cohérent avec ce que je crois et ce que je fais.



La fête de Noël est pour certaines personnes un temps de solitude difficile à vivre. Je pense à des personnes que je connais et qui peuvent se trouver dans cette situation.



*C'est une occasion d'être plus présent, à l'image de Jésus Emmanuel, Dieu-avec-nous. Une occasion d'être plutôt que de faire.*



Pendant ces jours de fête je vais mettre mon énergie à être proche des autres, particulièrement des personnes seules ou en difficulté.